

**” HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN *BODY SHAMING*.”**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitan Islam Negeri  
Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Syarat Guna Memeperoleh Gelar  
Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi



Disusun Oleh:

Syarifah Amalia J01216041

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL**

**SURABAYA**

**2020**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Korban *Body Shaming*” merupakan karya asli hasil penelitian yang di ajukan untuk menyelesaikan tugas akhir perkuliahan agar memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya ataupun pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Surabaya, 13 Juli 2020



Scanned by TapScanner



**HALAMAN PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA**  
**KORBAN *BODY SHAMING***

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

Syairil



lap kepercayaan diri senilai 30%. Dengan demikian hipotesis diterima yang berarti terdapat hubungan yang positif antara *body image* dan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Artinya semakin positif *body image* korban *body shaming* maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri korban *body shaming*.

Kunci : *Body Image*, Kepercayaan Diri, Korban *Body Shaming*

Kata Kunci : *Body Image*, Kepercayaan Diri, Korban *Body Shaming*

## DAFTAR ISI

VI





## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala <i>Body Image</i> .....	49.
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> .....	49.
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Body Image</i> .....	51.
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> setelah Uji Validitas .....	52.
Tabel 3.5 Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	53.
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	53.
Tabel 3.7 Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala Kepercayaan Diri .....	54.
Tabel 3.8 <i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri.....	55.
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri .....	56.
Tabel 3.10 <i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri setelah Uji Validitas .....	57.
Tabel 3.11 Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri .....	59.
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	59.
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek berdasarkan Universitas.....	64.
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek berdasarkan Jenis Kelamin .....	64.
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek berdasarkan Usia.....	65.
Tabel 4.4. Deskripsi Data.....	66.
Tabel 4.5 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik <i>Hardiness</i> .....	67.
Tabel 4.6 Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik <i>Hardiness</i> .....	67.
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas <i>One Sample Kolmogorov Smirnov</i> .....	69.
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas <i>Anova</i> .....	70.
Tabel 4.9 Hasil Sumbangsih Variabel.....	70.
Tabel 4.10 Uji Hipotesis <i>Product Moment</i> .....	71.



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran A Kuisioner Penelitian</b> .....	87.
Kuisioner Body Image .....	87.
Kuisioner Kepercayaan Diri.....	89.
<b>Lampiran B Data &amp; Hasil Pengolahan Data</b> .....	90.
Data Respon Subjek Skala Body Image.....	90.
Data Respon Subjek Skala Kepercayaan Diri .....	91.
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	92.
Validitas dan Reliabilitas Skala Body Image.....	92.
Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri .....	94.
Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov Smirnov .....	97.
Hasil Uji Linearitas Anova.....	98.
Hasil Uji Hipotesis Product Moment.....	99.
<b>Lampiran C Surat Ijin Penelitian</b> .....	100.
Surat Ijin Penelitian Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya .....	100.
Surat Ijin Penelitian Universitas Negeri Surabaya.....	101.
Surat Basalan dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.....	102.

## PENDAHULUAN

Semua manusia memiliki fisik tubuh yang penampilanya berbagai macam aneka ragam . Dari penampilan tersebut orang bisa menilai mana yang bisa dinilai dengan baik dan buruk secara dilihat dari penampilan fisiknya juga . Terutama untuk gender perempuan apalagi yang masih remaja ataupun dewasa mereka adalah orang yang ingin di lihat untuk tampil secantik mungkin dan sebaik mungkin di kehidupan sosial . Pada jaman era modern sekarang teknologi dan media komunikasi makin berkembang seperti halnya internet yaitu instagram, whatsapp dll yang berkembang pesat di masyarakat. Beberapa gaya hidup terutama tren dikalangan anak milenial pada jaman sekarang diantaranya mengenai fashionable, kesehatan dan perawatan tubuh.

1

termasuk di Indonesia, standar ukuran tubuh ideal pria dan wanita antara tinggi dan berat badan. Tubuh ideal pria tidak akan terkesan kurus. Sehat, berlekuk dan bugar. Perkembangan zaman laki-laki juga mulai memperhatikan penampilan. Pria memang terpengaruh oleh tekanan yang didapatkan dari lingkungan sekitarnya (Frangky, 2012). Tubuh ideal laki-laki adalah berotot, ramping dan sehat. Usia remaja adalah usia dimana masa transisi yang menjadikan remaja berubah dan mudah mengikuti arus (Cristiani, 2015). Di era modern jaman sekarang sangat berkembang. Banyak hal yang tidak sedikit yang akan memunculkan tindakan yang tidak mengikuti atau dianggap masyarakat yang

termasuk di Indonesia, standar ukuran tubuh ideal pria dan wanita Asian antara tinggi dan berat badan. Tubuh ideal pria tidak akan terkesan kurus. Sehat, berlekuk dan bugar merupakan gambaran tubuh seperti kurus. Sehat, berlekuk dan bugar merupakan gambaran zaman laki-laki juga mulai memperhatikan penampilan mereka yang memang terpengaruh oleh tekanan yang didapatkan dari lingkungan sekitarnya (Frangky, 2012). Tubuh ideal laki-laki adalah ramping, berotot, sehat. Usia remaja adalah masa dimana masa transisi yang menjadikan remaja berubah dan mudah mengikuti arus (Cristiani, 2015). Di era modern jaman sekarang sangat berkembang sehingga banyak hal yang akan memunculkan tindakan yang tidak mengikuti atau dianggap masyarakat ya

termasuk di Indonesia, standar ukuran tubuh ideal pria dan wanita antara tinggi dan berat badan. Tubuh ideal pria tidak akan terkesan kurus. Sehat, berlekuk dan bugar merupakan gambaran tubuh seperti kurus. Sehat, berlekuk dan bugar merupakan gambaran zaman laki-laki juga mulai memperhatikan penampilan mereka yang memang terpengaruh oleh tekanan yang didapatkan dari lingkungan sekitarnya (Frangky, 2012). Tubuh ideal laki-laki adalah ramping, berotot, sehat. Usia remaja adalah masa dimana masa transisi yang menjadikan remaja berubah dan mudah mengikuti arus (Cristiani, 2015). Di era modern jaman sekarang sangat berkembang sehingga banyak hal yang akan memunculkan tindakan yang tidak mengikuti atau dianggap masyarakat ya

menjadi matang serta berakhir saat ia mencapai usia matang dilihat s  
n (Hurlock, 2012). Diperoleh perubahan pada masa remaja secara perub  
gis maupun psikologis. Perubahan tersebut yang terjadi adalah t  
ahan internal serta perubahan eksternal. Perubahan internal sendiri t  
ahan sistem hormon yang berupa pubertas menunjukkan kematangan s  
n peredaran darah, sistem pernafasan , sistem pencernaan jaringan tubuh  
asa remaja juga memiliki tugas perkembangan diantara lain yaitu  
ya menerima keadaan tubuhnya dengan menggunakan secara ef  
nya hanya sedikit remaja yang melakukan tugas perkembangan ter  
a muncul rasa tidak puas terhadap tubuh yang individu miliki, serta r  
kesadaran bahwasanya dalam berinteraksi sosial daya tarik fisik s

Masa remaja juga memiliki tugas perkembangan diantara lain yaitu menerima keadaan tubuhnya dengan menggunakan secara efektif. Hanya sedikit remaja yang melakukan tugas perkembangan tersebut. Muncul rasa tidak puas terhadap tubuh yang individu miliki, serta kesadaran bahwasanya dalam berinteraksi sosial daya tarik fisik sangat penting, serta adanya mulai mengembangkan pikirannya dan perhatian terhadap bagaimana bentuk tubuhnya (Hurlock, 2012). Perubahan fisik pada masa remaja merupakan kepuasan tersendiri yang sangat penting. Penampilan fisik seseorang serta identitas seksualnya adalah ciri individu yang sangat jelas serta sangat mudah dikenali banyak orang terkait interaksi.

sby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



ini penyebab dikarenakan model citra tubuh dari zaman ke zaman serta dukungan perkembangan modern dan maju. Namun informasi terkait perkembangan diperoleh sangat mudah serta dijangkau oleh masyarakat perempuan di seluruh dunia terpengaruh akibat media massa yang menilai tubuh ideal. Media massa yang akan terus mengidentifikasi tubuh ideal oleh media masa tersebut (Ferron, 1997).

ini penyebab dikarenakan model citra tubuh dari zaman ke zaman serta dukungan perkembangan modern dan maju. Namun informasi terkait perkembangan diperoleh sangat mudah serta dijangkau oleh masyarakat perempuan di seluruh dunia terpengaruh akibat media massa yang menilai tubuh ideal. Media massa yang akan terus mengidentifikasi tubuh ideal oleh media masa tersebut (Ferron, 1997).

ini penyebab dikarenakan model citra tubuh dari zaman ke zaman serta dukungan perkembangan modern dan maju. Namun informasi terkait perkembangan diperoleh sangat mudah serta dijangkau oleh masyarakat perempuan di seluruh dunia terpengaruh akibat media massa yang menilai tubuh ideal. Media massa yang akan terus mengidentifikasi tubuh ideal oleh media masa tersebut (Ferron, 1997).

a laki-laki. Survei ini dilakukan terhadap 2.000 orang. Hasilnya 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming* sedangkan laki-laki hanya 64% (Wolipop.detik.com). *Body shaming* adalah tindakan untuk orang yang memiliki penampilan fisik yang berbeda dari masyarakat pada umumnya dan memiliki standar kecantikan. Contoh *body shaming* sendiri yaitu seperti merasa malu karena kurus, cuby, mata sipit ataupun belok dll. *Body shaming* tentang fisik orang lain yang dinilai berbeda dari masyarakat umum sering dilakukan pada era jaman modern ini, meskipun bisa dilakukan melalui secara verbal atau melalui kata-kata. *Body shaming* sendiri merupakan kritikan atau komentar yang

a laki-laki. Survei ini dilakukan terhadap 2.000 orang. Hasilnya 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming* sedangkan laki-laki hanya 64% (Wolipop.detik.com). *Body shaming* adalah tindakan untuk orang yang memiliki penampilan fisik yang berbeda dari masyarakat pada umumnya dan memiliki standar kecantikan. Contoh *body shaming* sendiri yaitu seperti merasa malu karena kurus, cuby, mata sipit ataupun belok dll. *Body shaming* tentang fisik orang lain yang dinilai berbeda dari masyarakat umum sering dilakukan pada era jaman modern ini, meskipun bisa dilakukan melalui secara verbal atau melalui kata-kata. *Body shaming* sendiri merupakan kritikan atau komentar yang

a laki-laki. Survei ini dilakukan terhadap 2.000 orang. Hasilnya 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming* sedangkan laki-laki hanya 64% (Wolipop.detik.com). *Body shaming* adalah tindakan untuk orang yang memiliki penampilan fisik yang berbeda dari masyarakat pada umumnya dan memiliki standar kecantikan. Contoh *body shaming* sendiri yaitu seperti merasa malu karena kurus, cuby, mata sipit ataupun belok dll. *Body shaming* tentang fisik orang lain yang dinilai berbeda dari masyarakat umum sering dilakukan pada era jaman modern ini, meskipun bisa dilakukan melalui secara verbal atau melalui kata-kata. *Body shaming* sendiri merupakan kritikan atau komentar yang

Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri menyatakan dari hasil penelitiannya bahwasanya *cyberbullying body shaming* pada media sosial Instagram berpengaruh negatif terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru. Karena diperoleh hasil *cyberbullying* bernilai nol maka nilai kepercayaan diri dengan regresi variabel *cyberbullying* sebesar 0,741. Nilai *cyberbullying* sebesar satu satuan akan berpengaruh negatif sebesar 0,741 satuan. Pada penelitian ini diperoleh  $t_{hitung} = 0,741$  dibandingkan dengan  $T_{tabel}$ , yaitu sebesar 1,984,  $t_{hitung} < T_{tabel}$  atau 0,741 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh *cyberbullying* terhadap variabel Y, maka terdapat pengaruh negatif yang signifikan.

Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri menyatakan dari hasil penelitiannya bahwasanya *cyberbullying body shaming* pada media sosial Instagram berpengaruh negatif terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru. Karena diperoleh hasil *cyberbullying* bernilai nol maka nilai kepercayaan diri dengan regresi variabel *cyberbullying* sebesar 0,741. Nilai *cyberbullying* sebesar satu satuan akan berpengaruh negatif sebesar 0,741 satuan. Pada penelitian ini diperoleh  $t_{hitung} = 0,741$  dibandingkan dengan  $T_{tabel}$ , yaitu sebesar 1,984,  $t_{hitung} < T_{tabel}$  atau 0,741 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh *cyberbullying* terhadap variabel Y, maka terdapat pengaruh negatif yang signifikan.

Dari istilah *body image* tersebut, kemudian muncul istilah *body image* (Gardner, 2004). Pada setiap orang, citra diri dapat terpengaruhi oleh

diri yang dimiliki individu dapat dijadikan suatu individu mampu menghadapi dan mengatasi masalah memiliki kemauan yang besar untuk mengatasinya. Kepercayaan dari pengalaman (Kartono, 1992). Kepercayaan sebagai suatu sikap dan perasaan yakin terhadap kemampuan bertanggung jawab terhadap tindakan yang diambil semua tindakan yang dilakukan, sopan dalam berinteraksi, mampu menghargai orang lain, serta mengontrol dirinya (Hakim, 2000). Rasa percaya diri terhadap diri sendiri dimiliki oleh individu membuat individu tidak perlu merasa khawatir orang lain (Walgito, 1986).

iliki individu menghadapi dan mengatasi masalah yang besar. Dalam hal ini, Karmila (2019) mengemukakan sikap dan perilaku yang baik sebagai jawaban terhadap tantangan yang dilakukan. Hal ini menunjukkan penghargaan orang lain (Rahman, 2000). Rakhma (2019) mengemukakan bahwa individu membuat keputusan yang baik (Rahman, 1986).

ijadikan suatu ciri dari  
tasi masalah yang mun  
k mengatasinya serta m  
(92). Kepercayaan diri  
yakin terhadap keman  
dakan yang dilakukan,  
n dalam berinteraksi, a  
, serta mengetahui kele  
ya diri terhadap keman  
u tidak perlu membandir

tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap tubuhnya. Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan positif sehingga secara tidak langsung akan mempengaruhi individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang baik atau tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang rendah maka dari itu peneliti menggunakan variabel *x body image* termasuk aspek dari salah satu faktor yang mempengaruhi.

tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap tubuhnya. Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan positif sehingga secara tidak langsung akan mempengaruhi individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang baik atau tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang rendah maka dari itu peneliti menggunakan variabel *x body image* termasuk aspek dari salah satu faktor yang mempengaruhi.

tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap tubuhnya. Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan positif sehingga secara tidak langsung akan mempengaruhi individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang baik atau tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang rendah maka dari itu peneliti menggunakan variabel *x body image* termasuk aspek dari salah satu faktor yang mempengaruhi.

rata-rata mahasiswa serta sesuai dengan acuan umur  
serta dimasa umur tersebut remaja akhir menga  
si fisik serta lebih memperhatikan sesuai dengan  
ndakan *body shaming*. Alasan peneliti mengguna  
siswa di dua universitas negeri di surabaya ini k  
y data awal secara garis besar bahwasanya di uni  
*body shaming* yang dari bebarapa mahasiswa per  
*shaming* tersebut. Hasil tersebut didapat melalui  
pa mahasiswa yang mewakili salah dua uni  
g akan menjadi subjek dipenelitian ini.

rata-rata mahasiswa serta sesuai dengan acuan umur  
serta dimasa umur tersebut remaja akhir menga  
si fisik serta lebih memperhatikan sesuai dengan  
ndakan *body shaming*. Alasan peneliti mengguna  
siswa di dua universitas negeri di surabaya ini k  
y data awal secara garis besar bahwasanya di uni  
*body shaming* yang dari bebarapa mahasiswa per  
*shaming* tersebut. Hasil tersebut didapat melalui  
pa mahasiswa yang mewakili salah dua uni  
g akan menjadi subjek dipenelitian ini.

rata-rata mahasiswa serta sesuai dengan acuan umur  
serta dimasa umur tersebut remaja akhir menga  
si fisik serta lebih memperhatikan sesuai dengan  
ndakan *body shaming*. Alasan peneliti mengguna  
siswa di dua universitas negeri di surabaya ini k  
y data awal secara garis besar bahwasanya di uni  
*body shaming* yang dari bebarapa mahasiswa per  
*shaming* tersebut. Hasil tersebut didapat melalui  
pa mahasiswa yang mewakili salah dua uni  
g akan menjadi subjek dipenelitian ini.



*body shaming* tersebut memunculkan beberapa respon yang secara garis besar ada yang sama adapun yang beda seperti halnya membuat individu intropeksi diri serta insecure kemudian mengupayakan untuk memperbaiki tubuhnya seperti halnya merawat salah satu anggota tubuhnya agar ideal serta penampilan fisiknya agar sesuai yang diinginkan. Adapun pengaruh menjadi pikiran serta menangis karena seringnya diperlakukan seperti halnya *body shaming* untuk individu tersebut. Kemudian adapun efek dari individu tersebut merasa minder atas perlakuan tersebut dan sampai mengurangi intensitas untuk bergaul kepada pelaku yang memperlakukan *body shaming* tersebut. Adapun efek samping yang sampai membuat tidak percaya diri serta marah-marah karena tidak terima atas perlakuan yang sudah dilakukan oleh pelaku body shame terhadap individu tersebut. Adapun yang sampai membuat individu tersebut stres.

Diperoleh hasil wawancara dari beberapa mahasiswa di beberapa fakultas yang ada di universitas negeri kedua disurabaya bahwasanya adapun juga terjadi tindakan *body shaming* dilingkungan universitas tersebut dalam hal mengejek penampilan fisik ataupun bentuk ukuran tubuh. Contoh tindakan ejekan tersebut sama seperti universitas pertama dengan cara mengatakan “badanya yang kurus, gendutan, kulit yang hitam”. Pengaruh adanya tindakan tersebut memunculkan beberapa respon secara garis besar yaitu “respon sakit hati serta insecure atas perilaku tersebut lalu melakukan perawatan tubuh dan perlahan menjauhi dari toxic people”. Adapun rasa malu sampai menjadi pikiran dan memperbaiki apa yang menurut penilaian orang tersebut salah serta bersifat negatif serta perlahan-lahan menjaga pola makan. Kemudian respon selanjutnya seperti halnya marah tetapi korban tidak memperlihatkan respon marah tersebut lalu dibalik itu korban

sendiri memiliki *body image* yang tidak proporsional. Hal ini dapat mempengaruhi orang-orang pada umumnya serta sesuai kasus fenomena di era modern sekarang akan terjadi ejekan terhadap individu. Maka dari itu perlakuan *body shaming* adanya penurunan ataupun sebaliknya kepercayaan korban akan melihat *body image* dari penilaian seseorang. Mengetahui apakah sangat penting *body image* terhadap mereka sering mendapatkan penilaian negatif terhadap penampilan. Apalagi fenomena diatas menjelaskan bahwa penampilan fisik dan tubuh ideal salah satu nilai utama juga sebagai alasan dari mengapa mengangkat judul.

sendiri memiliki *body image* yang tidak proporsional. Hal ini dapat mempengaruhi orang-orang pada umumnya serta sesuai kasus fenomena ini di era modern sekarang akan terjadi ejekan terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Maka dari itu perlakuan *body shaming* terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional akan menyebabkan penurunan ataupun sebaliknya kepercayaan diri orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Korban akan melihat *body image* dari penilaian seseorang yang lain. Hal ini dapat diketahui apakah sangat penting *body image* terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Hal ini sering mendapatkan penilaian negatif terhadap penampilan mereka. Apalagi fenomena di atas menjelaskan bahwa penampilan fisik dan tubuh ideal salah satu nilai utama dalam kehidupan manusia juga sebagai alasan dari mengapa mengangkat judul ini.

sendiri memiliki *body image* yang tidak proporsional. Hal ini dapat mempengaruhi orang-orang pada umumnya serta sesuai kasus fenomena ini di era modern sekarang akan terjadi ejekan terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Maka dari itu perlakuan *body shaming* terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional akan menyebabkan penurunan ataupun sebaliknya kepercayaan diri orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Korban akan melihat *body image* dari penilaian seseorang yang lain. Hal ini dapat diketahui apakah sangat penting *body image* terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Hal ini sering mendapatkan penilaian negatif terhadap orang-orang yang memiliki *body image* yang tidak proporsional. Apalagi fenomena diatas menjelaskan bahwa *body image* yang tidak proporsional adalah hal yang buruk. Hal ini menunjukkan penampilan fisik dan tubuh ideal salah satu nilai utama dalam kehidupan manusia. Hal ini juga sebagai alasan dari mengapa mengangkat judul ini.

Menurut peneliti kepercayaan diri itu sangat penting bagi semua orang karena adanya kepercayaan diri pada setiap perindividu orang itu adalah untuk suatu dorongan atau motivasi perindividu tersebut bisa melakukan apapun yang dia mau dan dia suka tanpa memandang atau mendengarkan omongan orang yang menilai dirinya. Kepercayaan diri juga penting apalagi untuk ruang lingkup sosial, karena adanya kepercayaan diri kita jadi bisa bersosialisasi dengan siapapun tanpa harus memikirkan mulai dari mana dulu, bagaimana caranya bersosialisasi karena kita sudah memiliki kepercayaan diri itu dan mempunyai cara kita sendiri.

12

Serta yang membedakan penelitian ini dari penelitian terdahulu adalah khususnya dari subjek serta jumlah sampel dan teknaik sampling karena dipenelitian terdahulu belum ada peneliti yang meneliti “Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri” dengan menggunakan subjek dari korban *body shaming* serta menggunakan teknik sampling yaitu kuota sampling. Penelitian terdahulu sering mengambil subjek hanya saja dari remaja perempuan tidak sesuai dengan peneliti ini yang menjadikan remaja sebagai perempuan sebagai subjek tetapi mempunyai kondisi yang berbeda yaitu pernah mendapatkan perlakuan body shame.

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah membahas apakah adanya hubungan antara *Body Image* dengan kepercayaan diri pada korban *Body Shaming*.

Berdasarkan riset sebelumnya ada beberapa peneliti yang meneliti tentang “hubungan antara *body Image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*”. Dari hasil temuan yang pertama yaitu dari Asmidir dkk (2017) diperoleh hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri menggunakan bantuan SPSS . Nilai koefisien korelasi sebesar 0.788 dengan taraf signifikansi dua jalur sebesar 0,000 pada tingkat taraf kepercayaan 0,01. Maka hasil perhitungan diperoleh nilai signifikansi dua jalur sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan H1 diterima. Artinya, adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja putri. Dari pernyataan di atas, salah satu

Hasil pengujian hipotesis dari penelitian Tria (2015) bahwa berdasarkan hasil uji t diperoleh nilai koefisien korelasi dari product momen pearson diperoleh nilai koefesien korelasi sebesar 0,685 ; p value (sig) = 0,000 ( $p < 0,01$ ) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara body image dengan kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian kedua dari Supriyadi dkk (2015) terhadap hipotesis penelitian , didapatkan hasil bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya hipotesis yang berbunyi ‘terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri di Kota Denpasar’ diterima .

Sehingga dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil analisis terhadap pengujian yang telah dilakukan diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,350 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel citra tubuh dengan variabel kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian kedua dari Supriyadi dkk (2015) pengujian terhadap hipotesis penelitian, didapatkan hasil bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya hipotesis yang berbunyi 'terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri di Kota Denpasar' diterima. Penilaian tersebut atas dasar hasil analisis terhadap pengujian yang telah dilakukan yaitu nilai  $r$  0,350 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara variabel citra tubuh dengan variabel kepercayaan diri. Hubungan yang positif pada nilai  $r$  tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri adalah searah, yang berarti semakin positif citra tubuh maka akan semakin tinggi kepercayaan diri remaja putri, itupun sebaliknya, jika citra tubuh negatif maka kepercayaan diri remaja putri akan rendah.

Penelitian dari Aminda (2018) Berdasarkan hasil analisis data, temuan dan pembahasan peneltiian maka dapat diambil kesimpulan diperoleh hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa di SMA Panca Budi dan . Pada bagian kedua output (kolom Sig. (2-tailed)) pada kolom kepercayaan diri bernilai 0.001 (lebih kecil dari 0.05) maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima . Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif *body image* remaja maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri remaja.

Penelitian dari Eka dan Anastasia (2019) diperoleh juga adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif antara kepercayaan diri dengan *Body Image* remaja di SMAN 21 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri, maka akan semakin positif *Body Image*. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri, maka akan semakin rendah *Body Image* remaja.

Penelitian dari Eka dan Anastasia (2019) diperoleh juga adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif antara kepercayaan diri dengan *Body Image* pada remaja di SMAN 21 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri, maka akan semakin positif *Body Image*. Sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri, maka akan semakin rendah *Body Image* remaja.

Penelitian dari Anggoro (2016) berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 2 Bantul. Diperoleh koefisien korelasi diketahui sebesar 0,217. Maka semakin positif *body image* siswa SMA Bantul 2 akan mempengaruhi peningkatan kepercayaan diri mereka.



Hasil penelitian dari Merlin (2017) bahwa *body image* dengan kepercayaan diri peserta didik putri memiliki hubungan keeratan yang kuat karena nilai *pearson correlation body image* serta kepercayaan diri bernilai 0,687. Maka adanya hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada peserta didik putri di MTS Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisir Selatan.

Penelitian dari Imelda (2018) hasil dari penelitian ini menunjukkan citra tubuh memiliki hubungan terhadap kepercayaan diri dengan nilai (r) sebesar 0,561 serta taraf signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Maka menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu adanya hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri yang berjerawat.

16



## 2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat bagi masyarakat sekitar terutama untuk korban *body shaming*. Agar bisa meningkatkan *kepercayaan diri*-nya agar lebih mudah melakukan apapun yang ia inginkan dan cita-citakan dengan cuek maupun santai tanpa mendengarkan omongan atau penilaian orang lain diluar sana.

## F. Sistematika Pembahasan

Berikut adalah penjelasan secara garis besar mengenai pembahasan sistematika dari penelitian ini yang edii dari bab 1 hingga bab V. Pada bab 1 akan menjelaskan mengenai pendahuluan yang berisi latar belakang masalah yang menjelaskan terkait fenomena ataupun kasus yang berkaian terhadap judul peneliti ini sendiri, rumusan masalah menjelaskan mengenai rumusan dari maslaah penelitian ini, keaslian penelitian berisi mengenai penelitian-penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini, tujuan penelitian yaitu akan menjelskan tentang apa tujuan dari penelitian ini dan yang terakhir yaitu manfaat penelitian yang berisi tentang penjelasan manfaat secara teoritis serta secara praktis dari peneliian ini.

Selanjutnya pada bab II penjelasan tentang kajian pustaka yang didalamnya menjelaskan tentang teori-teori mengenai per variabel dari penelitian ini yakni body image dan kepercayaan diri. Didalamnya terdiri beberapa penjelasan mulai dari definisi, aspek-aspek, faktor-faktor yang mempengaruhi kedua variabel tersebut serta adapun ciri-ciri dari kepercayaan diri. Bukan hanya itu di bab ini juga memaparkan teori yang menjelaskan tentang *body shame* dan remaja.

rasional dari per variabel penelitian yakni *Body Image* dan K  
anjutnya penejelasan mengenai populasi, teknik sampling  
rumen peneliian dan teknik analisis data dari penelitian ini.

Kemudian pada bab IV akan dijelaskan mengenai hasil dari pe  
nbahasan yang akan membahas tentang beberapa sub bab  
elitian yang didalamnya akan menjelaskan persiapan ser  
elitian ini, kemudian deskripsi hasil penelitian, penjelasan pen  
g membahas dari hasil hipotesis dari penelitian ini. Kem  
nbahasan terkait hasil penelitian yang telah dipaparkan  
elumnya secara teoritis maupun statistik.

Pada bab V yang terakhir dari penjelesaian bab-bab lainnya aka

Kemudian pada bab IV akan dijelaskan mengenai hasil dari penelitian yang akan membahas tentang beberapa sub bab penelitian yang didalamnya akan menjelaskan persiapan penelitian ini, kemudian deskripsi hasil penelitian, penjelasan penelitian yang membahas dari hasil hipotesis dari penelitian ini. Kemudian akan membahas terkait hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya secara teoritis maupun statistik.

Pada bab V yang terakhir dari penjelasan bab-bab lainnya akan

Pada bab V yang terakhir dari penjelesan bab-bab lainnya aka

## KAJIAN TEORI

## 1. Definisi Kepercayaan Diri

Hakim (2002) kepercayaan diri adalah suatu keyakinan serta sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan cara menerima apa adanya baik positif maupun negatif yang dipelajari serta dibentuk melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Kepercayaan diri merupakan modal dasar individu dalam memenuhi berbagai kebutuhannya masing-masing. Individu mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berfikir serta berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Salah satu cara pertama dalam membangun rasa percaya diri ialah dengan bisa memahami serta meyakini setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Kelebihan yang dimiliki bisa lebih dikembangkan serta dimanfaatkan supaya bisa berguna bagi orang sekitar.

## 2. Aspek – aspek kepercayaan diri menurut Lauster (2002) ;

- 21



### 3. faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

a. Orang tua

b. Rasa aman

### c. Kesuksesan

#### d. Penampilan Fisik

[illegible]

lebih percaya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang disebut *body image*. Bahwa *body image* adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri (Rosita, 2007):

Faktor utama yang berpengaruh paling besar terhadap perkembangan anak ialah keluarga. Menurut Hurlock pola asuh adalah penguat munculnya pengembangan percaya diri pada anak karena dapat melatih serta memunculkan keberanian dalam menghadapi masalah secara mandiri dan mengembangkan tanggung jawab.

Jenis kelamin yang dimiliki oleh kaum perempuan maupun laki-laki mempunyai efek terhadap perkembangan rasa percaya diri. Karena perempuan cenderung dianggap lemah serta harus dijaga, sedangkan laki-laki harus bersikap sebagai makhluk mandiri, kuat dan mampu menjaga.

Seseorang yang mempunyai penampilan fisik yang menarik akan lebih sering diperlakukan dengan baik jika dibandingkan dengan seseorang yang memiliki penampilan kurang menarik.

Pendidikan selalu menjadi tolak ukur dalam menilai kesuksesan seseorang. Semakin tinggi jenjang pendidikan individu semakin tinggi pula anggapan orang lain terhadap dirinya. Mereka yang memiliki jenjang pendidikan rendah biasanya merasa terkucilkan sehingga tidak memiliki keyakinan atau kemampuan. Maka dari itu bisa membuat diri mereka muncul rasa tidak percaya diri.

## 1. Faktor Internal

a. Konsep diri

b. Intelegensi atau kecerdasan

### c. Keterampilan

[illegible]

ini adalah pola pendidikan keluarga dimasa kecil yang t  
a keras atau sering ditakuti oleh orang sekitarnya. Persoala  
h parah jika seseorang terlalu mengikuti perasaan dan  
a memikirkan unuk perlawanan. Dengan sendirinya, sifat gan  
t menjadi menambah kuat dimasalah ini hanya akan diseles  
an konseling khusus yang dilakukan dengan latihan mental.  
eksternal.  
kan.  
berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang. Anthony  
kan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung  
idu merasa terintimidasi dari yang lebih pandai , sebab  
dilik

## 2. Faktor Eksternal.

Pendidikan berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang. Anthony lebih lanjut menyatakan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung akan membuat individu merasa terintimidasi dari yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu tergantung pada individu yang lain. Individu tersebut akan bisa lebih mampu menghadapi persoalan yang ia hadapi dalam situasi tertentu.

Lauster (2002) mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan mandirian dan kreaktifitas dan rasa percaya diri. kesimpulannya bahwa rasa

lingkungan yang sama dengan orang-orang yang terganggu / menengah ke atas. Rasa tidak percaya diri yang dirasakan interaksi dan pergaulan. Jika memang harus berada di lingkungan penyebabnya rasa tidak percaya diri akan tumbuh dan interaksi dan membaaur dengan orang-orang yang ekonominya tinggi. as.

manm hidup

nyatakan bahwa kepercayaan diri didapat dari pengalaman paling sering terjadi faktor utama munculnya rasa rendahnyanya seseorang mempunyai kurang kasih sayang, kurang perhatian.

d. Pengalamannm hidup

Lauster menyatakan bahwa kepercayaan diri didapat dari pengalaman yang mengecewakan, paling sering terjadi faktor utama munculnya rasa rendah diri. Jika pada dasarnya seseorang mempunyai kurang kasih sayang, kurang perhatian dan rasa tidak aman.

Disini lingkun

27



#### 4. Ciri-Ciri Orang Yang Memiliki Percaya Diri Yang Tinggi

- a. Kerap mempunyai sikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu.
- b. Mempunyai kapasitas dalam kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di berbagai keadaan.
- d. Mampu beradaptasi dan berkomunikasi di berbagai keadaan.
- e. Mempunyai kondisi mental dan fisik yang cukup membantu penampilannya.
- f. Mempunyai intelektual yang cukup.
- g. Mempunyai dalam hal keahlian lain yang membantu kehidupannya.
- h. Memiliki keahlian dalam bersosialisasi.
- i. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
- j. Memiliki pengalaman hidup yang membuat mentalnya menjadi kuat dan tahan dalam menghadapi berbagai ujian hidup.
- k. Selalu merespon dengan positif dalam menghadapi berbagai persoalan

## 5. Ciri-Ciri Orang Yang Tidak Memiliki Percaya Diri Yang Tinggi

Hakim (2002) bukunya yang berjudul “ Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri ” mengatakan bahwa orang-orang yang tidak rasa percaya diri yang tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Akan mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- b. mempunyai kelemahan dalam secara mental , fisik, sosial, atau ekonomi.
- c. Sulit mengurangi timbulnya ketegangan dalam suatu kondisi.
- d. Mempunyai rasa tegang dan gugup.
- e. mempunyai riwayat pendidikan keluarga yang kurang baik.
- f. Kurangnya memiliki kelebihan dalam bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri untuk memiliki kelebihan tertentu.
- g. Sering menutup diri dari kelompok yang menurutnya lebih darinya.
- h. Mudah menyerah.
- i. Bergantung dengan orang lain dalam menyelesaikan persoalan.
- j. Pernah mempunyai trauma.

Sering merespon negatif dalam mengatasi persoalan , misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri , yang mempengaruhi rasa tidak percaya diri akan semakin buruk.

## 6. Proses Pembentukan Rasa Percaya Diri

Proses pembentukan rasa percaya diri Menurut Hendra (2009) sebagian berikut:

a. *Self Control* (Pengendalian Diri)

*Self Control* dalam diri memberi penguat serta menggerakkan percaya diri. Fungsinya *self control* mengatur kekuatan dorongan serta keinginan dalam diri yang menjadi inti tingkat keyakinan, kesanggupan, keyakinan pada perasaan dan emosi dalam diri seseorang.

### b. Cita Fisik

Kondisi fisik seseorang sangat berpengaruh untuk *self control* individu, jika penerimaan diri pada keadaan fisik memuaskan tentu akan bisa membentuk kepercayaan diri serta memberikan suasana hati yang menyenangkan.

### c. Citra Sosial

Unsur yang dapat berpengaruh dalam kepercayaan diri individu ialah salah satunya penilaian serta penerimaan sosial terhadap diri individu. Penilaian serta penerimaan individu yang cerdas, hebat dan supel dapat meningkatkan percaya diri serta sebaliknya jika penerimaan lingkungan buruk akan memunculkan rasa tidak percaya diri yang rendah.

#### d. Citra Diri

Meningkatkan citra diri perlu meningkatkan upaya pribadi, nilai peran dalam keluarga maupun pergaulan, jika kemampuan serta nilai peran baik maka dapat meningkatkan rasa percaya diri.

e. Suasana Hati yang sedang dihayati

**isi *Body Image***

(2000) mengatakan bahwa *body image* ialah evaluasi individu terhadap berat badan ataupun aspek fisik lainnya yang dimiliki seseorang.

Ruzinky (2002) mengatakan *body image* merupakan persepsi individu terhadap badanya yang diperoleh berupa penilaian. *Body image* dapat bersifat positif atau negatif berdasarkan persepsi individu tersebut menyikapinya.

Simpulan definisi dari *Body Image* menurut teori adalah persepsi subjektif dengan penilaian seseorang tentang tubuhnya.

## 1. Definisi *Body Image*

02) mengatakan *body image* adalah persepsi individu tentang tubuhnya yang diperoleh dari pengalaman, informasi, dan pengetahuan yang bersifat positif atau negatif.

subjektif dengan penilaian seseorang tentang tubuh

ang citra tubuh yang dimiliki oleh seseorang ters  
ang yang berupa positif maupun negatif. Karena *bo*  
positif ataupun negatif tergantung bagaimana perin

## 2. Aspek – Aspek Body Image

Cash dan Pruzinsky (2002) mengatakan bahwa diperoleh 5 aspek dari body image, sebagai berikut yaitu :

a. Evaluassi peampilan (appearance evaluation)

Penilaian terhadap fisik badan, kenyamanan atas penampilan secara keseluruhan, perasaan menarik atau tidak menarik .

b. Orientasi pamanmpilan (*appearance orientation*)

Menilai perhatian individu atas penampilannya serta upaya individu untuk memperbaikinya.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfavtioon*)

Puas atau tidak puasanya individu atas bagian fisik tertentu semacam wajah, tangan, , paha, pinggang, pinggul, perut, tampilan otot, berat badan , ataupun tinggi badan, dan penampilan secara keseluruhan.

d. Kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*)

Memaparkan kecemasan individu atas kewaspadaan terhadap berat badan, seperti halnya kegemukan, serta kecenderungan untuk melakukan diet , dan menentukan pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh (*self classified weight*)

Bagaimana individu mempersepsikan memandang, , dan menilai berat badannya.

### 3. Faktor – faktor yang berpengaruh dalam *Body Image*

Cash dan Pruzinsky (2002) mengatakan bahwa diperoleh faktor-faktor pembentuk body image pada diri individu, sebagai berikut yaitu:

- a. Sosial media, isi tayangan sosial media sangat berpengaruh pada body image remaja, sebab media sering memaparkan standar tubuh ideal.
- b. Keluarga, orang tua adalah panutan yang paling penting dalam proses sosialisasi, sehingga mempengaruhi body image anak melewati intruksi, permodelan, dan umpan balik.
- c. Hubungan interpersonal, hubungan interpersonal menyebabkan individu cenderung membandingkan diri sendiri dengan orang lain, feedback yang diterima individu akan berpengaruh di konsep diri termasuk perasaan diri atas penampilan fisik.
- d. Karakteristik Fisik serta Perubahan fisik, dalam hal tersebut pada setiap fase tumbuh kembang manusia berpengaruh pada pembentukan citra tubuh. Perubahan tersebut drastis pada remaja menjadi salah satu fase yang diberikan perhatian secara mendalam. Kurang menghargai serta keinginan untuk merasa perfect dalam setiap aspek kehidupannya dapat membawa rasa tidak puas sehingga membentuk citra tubuh yang negatif.

#### 4. Body Image Positif

Beberapa individu peka terhadap segala perubahan tubuh yang terjadi pada dirinya. Perubahan tubuh yang dialami mempengaruhi emosinya, ketika individu mempunyai gambaran mental yang benar mengenai tubuhnya, serta perasaan dan hubungan dengan tubuh sendiri secara positif, percaya diri dan peduli terhadap



*Body image* yang merupakan citra diri menentukan kepercayaan diri seseorang, karena memiliki pengaruh terhadap cara individu memandang dirinya serta kemudian menilai dirinya yang positif ataupun negatif. Apabila seseorang tersebut menilai dirinya positif maka bisa memunculkan rasa percaya diri. Jadi kesimpulan dari pemaparan diatas bahwasanya dapat disimpulkan yang memiliki *body image* yang positif secara keseluruhan memiliki perilaku yang puas, penerimaan diri, menghargai, merasa nyaman dan percaya diri atas tubuh yang dimilikinya.

Ketidak puasan *body image* dapat dilihat dari bagaimana cara individu melihat tubuhnya. Apabila individu menilai penampilan fisiknya tidak sesuai dengan standart pribadinya maka ia akan menilai rendah tubuhnya. Ketidak puasan adalah ketidak sukaan individu terhadap bentuk tubuhnya atau bagian-bagian tubuh tertentu. Besarnya kesenjangan antara *body image* yang ideal dengan *body image* yang nyata mempengaruhi ketidak puasan terhadap tubuh, sehingga dapat menyebabkan individu mempunyai keinginan untuk mengupayakan segala cara untuk memperbaiki penampilannya ataupun tubuhnya.

Kekurangan yang individu rasakan dari semua yang mengenai tubuhnya ialah cerminan ketidakpercayaan diri. Perasaan yang tidak puas akan tubuhnya mempengaruhi individu memiliki pikiran serta perasaan yang negatif dalam menilai tubuhnya. Annastasia (2006) menyatakan bahwa persepsi terhadap tubuh sering kali menyimpang yang disebabkan karena kurang percaya diri kemudian rasa tidak puas dengan keadaan fisiknya serta mempunyai persepsi salah terhadap tubuhnya.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwasanya jika terjadi kesenjangan antara gambaran tubuh yang nyata dengan gambaran tubuh ideal

### C. Body Shaming

Menurut Honigam dan Castle (2004), *body shame* ialah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, serta bagaimana seseorang mempersepsikan dan memberikan penilaian atas yang dipikirkan dari penilaian orang lain terhadap dirinya.

Widiasti (2016) mengemukakan bahwa *body shaming* yaitu penghinaan bentuk fisik orang lain yang tidak sesuai dengan standart ideal. Misalnya kita sering melakukan atau mendengarkan ejekan terhadap orang gemuk disamakan dengan hewan seperti gajah, jika kurus disamakan dengan tiang. Meski dengan nasa becanda tetap dinamakan *body shaming*

[illegible]

## 2. Dampak *Body Shaming*

[illegible]

#### D. Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Korban

Adanya *body image* memungkinkah seseorang untuk membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan persepsi yang buruk terhadap tubuhnya. Pengaruhnya persepsi tubuhnya semakin buruk, individu semakin tidak percaya diri baik itu pada penampilan di depan umum ataupun kemampuan terhadap dirinya sendiri. Seperti halnya yang dinyatakan oleh Anggoro (2016) bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hal ini berarti bahwa semakin positif *body image* individu, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya.

Penelitian yang dikemukakan oleh Centi (1997) adalah seseorang yang merasa puas serta menerima apa adanya terhadap kondisi tubuhnya akan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak merasa puas serta belum bisa menerima kondisi tubuhnya akan memunculkan rasa tidak percaya diri pada individu tersebut. Maka kesimpulannya adalah kuncinya bagaimana kita bisa menerima apa adanya dulu kondisi tubuh kita serta penampilan fisik yang kita punya maka dari situ secara otomatis muncul rasa percaya diri yang tinggi dengan sendirinya.

Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh (*Body Image*) yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan

itif maupun negatif (Thompson, 2000). *Body image* sendiri j  
mungkinan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang  
munculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang  
ingga saat ini, seringkali teman sebaya atau orang lain me  
ampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di sekitarnya  
ompoknya. Karena *body image* juga berkaitan dengan *body shaming*  
yang berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang merasa  
*shaming* tersebut serta laki-laki juga merasakan tindakan tersebut tet  
ering perempuan. Kisaran remaja akhir ke dewasa awal sering me  
wa mereka yang merasakan perlakuan *body shaming* ser  
mperhatikan tubuh dan menjadikan sebagai objek (Damanik, 2018).

itif maupun negatif (Thompson, 2000). *Body image* sendiri j  
mungkinan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang  
munculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang  
ingga saat ini, seringkali teman sebaya atau orang lain me  
ampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di sekitarnya  
ompoknya. Karena *body image* juga berkaitan dengan *body shaming*  
yang berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang merasa  
*shaming* tersebut serta laki-laki juga merasakan tindakan tersebut tet  
ering perempuan. Kisaran remaja akhir ke dewasa awal sering me  
wa mereka yang merasakan perlakuan *body shaming* ser  
mperhatikan tubuh dan menjadikan sebagai objek (Damanik, 2018).

itif maupun negatif (Thompson, 2000). *Body image* sendiri j  
mungkinan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang  
munculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang  
ingga saat ini, seringkali teman sebaya atau orang lain me  
ampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di sekitarnya  
ompoknya. Karena *body image* juga berkaitan dengan *body shaming*  
yang berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang merasa  
*shaming* tersebut serta laki-laki juga merasakan tindakan tersebut tet  
ering perempuan. Kisaran remaja akhir ke dewasa awal sering me  
wa mereka yang merasakan perlakuan *body shaming* ser  
mperhatikan tubuh dan menjadikan sebagai objek (Damanik, 2018).



nya yang menurut individu tersebut sudah proposional secara  
akan memiliki kepercayaan diri yang sangat tinggi. Karena in  
merasa atau menganggap bentuk fisiknya ideal akan juga  
k citra tubuh yang positif dan baik sehingga individu ters  
ya diri dengan apa yang ia miliki. Beda lagi dengan seseorang  
menganggap dirinya atau berpikir positif kepadanya diri ba  
mereka bisa lebih positif dari penilaian orang-orang yang m  
baliknya. Didukung dari hasil penelitian (Anggoro , 2016)  
f body image seseorang, maka akan semakin tinggi tingk  
a itupun sebaliknya jika rendah *body image* seseorang akan  
percayaan seseorang tersebut.

atau berpikir positif  
positif dari penilaian o  
dari hasil penelitian (

menurut individu tersebut sudah proposional secara  
iliki kepercayaan diri yang sangat tinggi. Karena in  
atau menganggap bentuk fisiknya ideal akan juga  
uh yang positif dan baik sehingga individu ters  
gan apa yang ia miliki. Beda lagi dengan seseor  
ap dirinya atau berpikir positif kepadanya diri ba  
sa lebih positif dari penilaian orang-orang yang n  
Didukung dari hasil penelitian (Anggoro , 2016)  
age seseorang, maka akan semakin tinggi tingk  
ebaliknya jika rendah *body image* seseorang akan  
n seseorang tersebut.

salah satunya Penampilan Fisik yakni individu akan bersikap sosial yang menguntungkan dengan konsep diri sehingga akan lebih percaya. Banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik yang sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi diri tentang tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang

Individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bahwa tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh (*body image*) yang positif sehingga tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah.

Seperti halnya menurut Centi (1997) ialah umumnya seseorang yang menerima apa adanya terhadap kondisi dan penampilan tubuhnya mempunyai kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang tidak bisa menerima dan tidak puas atas kondisi dan penampilan tubuhnya. Dari kesimpulan ini dapat disimpulkan bahwa kunci utamanya adalah bagaimana kita bisa menerima apa adanya.

yang merasa puas terhadap tubuhnya dan me  
akan membentuk citra tubuh (*body image*) yang  
ngsung akan membentuk kepercayaan diri ind  
dengan individu yang tidak merasa puas akan tubu  
tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubu  
ayaan diri yang dimilikinya akan rendah.

halnya menurut Centi (1997) ialah umunya seseo  
apa adanya terhadap kondisi dan penampilan  
percayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan de  
menerima dan tidak puas atas kondisi dan penam  
anya yaitu kuncinya bagaimana kita bisa meneri

yang merasa puas terhadap tubuhnya dan me  
akan membentuk citra tubuh (*body image*) yang  
ngsung akan membentuk kepercayaan diri ind  
dengan individu yang tidak merasa puas akan tubu  
tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubu  
ayaan diri yang dimilikinya akan rendah.

halnya menurut Centi (1997) ialah umunya seseo  
apa adanya terhadap kondisi dan penampilan  
percayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan de  
menerima dan tidak puas atas kondisi dan penam  
anya yaitu kuncinya bagaimana kita bisa meneri

### Gambar 2.1



## F. Hipotesis

Berlandaskan persoalan dari landasan teori yang didapat, bahwa peneliti mengemukakan hipotesa dalam penelitian ini, yaitu : “Ada hubungan yang positif antara *Body Image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*”. artinya akan bertambah positif penilaian *body image* dari individu tersebut maka kepercayaan diri akan semakin tinggi jika memang perindividu tersebut negatif terhadap sikap menilai citra tubuhnya tersebut. Sebaliknya, bahwa semakin menurun kepercayaan diri pada individu tersebut.

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yaitu suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata, serta angka-angka, dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati, dengan metode penelitian korelasional. Korelasional adalah melihat bahwa adakah hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut yakni variabel "*Body Image* serta Kepercayaan Diri". Maka dari itu penelitian ini melihat apakah ada "hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*". Pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang di olah dengan metode statistika melalui SPSS (Azwar, 2015).

43

## B. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yang akan diteliti. Variabel bebas (*independent variable*) atau bisa disebut dengan variabel (X). Dan variabel terikat (*dependent variable*) atau bisa disebut dengan variabel (Y).

- Variabel (X) : *Body Image*
- Variabel (Y) : *Kepercayaan Diri*

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

## 1. *Body Image*

*Body Image* adalah persepsi antara subjektif dengan penilaian seseorang terkait bentuk ukuran tubuh dan aspek tubuh lainnya yang terdapat pada individu tersebut dan kepuasan tentang *body image* yang dimiliki oleh seseorang tersebut. Adapun sikap penilaian seseorang yang berupa positif maupun negatif tergantung bagaimana perindividu tersebut menyikapinya.

## 2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri ialah keyakinan diri pada seseorang atas kemampuannya atau potensi pada dalam dirinya dengan cara menerima dengan apa adanya baik kelebihan maupun kekurangan. Sehingga individu tersebut sadar akan kemampuannya serta individu tersebut tidak mengkhawatirkan tentang tindakan apa yang akan dilakukannya.

## 1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah korban dari perilaku *body shaming* yang diambil dari dua universitas negeri di surabaya yang mewakili untuk dijadikan sampel yakni mahasiswa dan mahasisiwi dari kedua universitas tersebut. Alasan peneliti menggunakan subjek dari beberapa mahasiswa di dua universitas negeri di surabaya ini karena didukung oleh hasil survey data dari peneliti yang secara garis besar bahwasanya di universitas tersebut ada fenomena *body shaming* yang dari bebarapa mahasiswa pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut.

45





yang diinginkan oleh peneliti sendiri sudah sesuai kuota yang ditentukan (Sugiyono, 2012). Dengan peneliti mencari di dua wilayah universitas negeri di surabaya yang akan mewakili menjadi subjek jika sesuai dengan kriteria itu yang akan diambil menjadi sampel. Alasan peneliti menggunakan teknik sampling ini karena pengambilan sampel memiliki kriteria khusus dari populasi penelitian ini yang akan dijadikan subjek serta peneliti membatasi kuota sampel yang akan diambil untuk dijadikan subjek karena tidak semua populasi di dua universitas tersebut memenuhi ciri-ciri dan mengalami kondisi sesuai kriteria yang dicari.

## E. Instrumen Penelitian

Instrumen untuk mengumpulkan data penelitian ini kepada subjek penelitian yaitu menggunakan skala *body image* dan kepercayaan diri. Dua skala tersebut telah mengadaptasi dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian dari Anggoro (2016) yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Lauster (2002) dan Cash dan Pruzinsky (2002). Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu semacam daftar pernyataan. *Questioner* merupakan teknik pengumpulan dengan cara memberikan pernyataan-pernyataan secara tertulis yang diberikan kepada subjek. (Sugiono 2012).

Pada metode kuisioner contohnya semua pernyataan dalam penelitian ini harus diisi oleh subjek penelitian berlandaskan jawaban tersebut kemudian akan disimpulkan tentang keadaan subjek penelitian yang sebenarnya. Mengisinya dengan cara (✓) yang sudah disiapkan oleh peneliti. Variabel dalam penelitian ini diukur dengan kuisioner yang menggunakan penskalaan respon, dalam hal ini

Berikut ini penjelasan mengenai prosedur pengembangan instrumen pengumpulan data yakni sebagai beriku :

### a. Definisi Opeasional

### b. Alat Ukur

[illegible]

Penilaian untuk aitem favorable dan unfavorable :



**Tabel 3.3**

<b>Hasil Uji Validitas Skala <i>Body Image</i></b>		
<b>No Aitem</b>	<b>R Hitung</b>	<b>Keterangan</b>
1	0.588	Valid
2	0.578	Valid
3	0.588	Valid
4	0.420	Valid
5	0.351	Valid
6	0.049	Tidak Valid
7	0.064	Tidak Valid
8	0.235	Tidak Valid
9	0.667	Valid
10	0.418	Valid
11	0.415	Valid
12	0.402	Valid
13	0.553	Valid
14	0.470	Valid
15	0.610	Valid
16	0.559	Valid
17	0.550	Valid
18	0.507	Valid
19	0.591	Valid
20	0.228	Tidak Valid
21	0.312	Tidak Valid
22	0.492	Valid
23	0.557	Valid
24	0.434	Valid
25	-0.008	Tidak Valid
26	0.566	Valid
27	0.421	Valid
28	0.674	Valid
29	0.360	Valid
30	0.232	Tidak Valid
31	0.312	Tidak Valid

Berdasarkan pada tabel 3.3 diatas maka diperoleh hanya 23 aitem yang valid sedangkan untuk aitem yang tidak valid terdapat 8 aitem yaitu 6,7,8,20,21 serta 25 dan 30,31. Maka banyaknya aitem yang valid pada penelitian ini bisa dikatakan valid ataupun layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.





Tabel 3.5	
Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Body Image	
Nilai Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
-1.00 – 0.20	Sangat Rendah
0.21 – 0.41	Rendah
0.51 – 0.60	Sedang
0.61 – 0.80	Tinggi
0.81 – 1.00	Sangat Tinggi

### Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Body Image

Nilai Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
-1.00 – 0.20	Sangat Rendah
0.21 – 0.41	Rendah
0.51 – 0.60	Sedang
0.61 – 0.80	Tinggi
0.81 – 1.00	Sangat Tinggi

**Tabel 3.6**

### Hasil Uji Reliabilitas Skala *Body Image*

<i>Koefesien Croanbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
<b>0.887</b>	23

Berdasarkan pada tabel 3.6 diatas maka disimpulkan bahwa kuesioner dari skala *body image* adalah reliabel serta mempunyai nilai koefesien yang tinggi yakni sebesar 0.887. Maka dapat disimpulkan berdasarkan kategorisasi pada tabel 3.5 kuesioner *body image* dinyatakan mempunyai tingkat reliabilitas yang sangat tinggi.

## 2. Variabel Terikat (Y)

### a. Definisi Operasional

Kepercayaan diri itu ialah keyakinan diri pada seseorang yang ia tahu bahwa kemampuannya atau potensinya sebarapa. Dengan adanya seseorang itu tau

### b. Alat Ukur

**Table 3.7**  
**Skoring Alternatif Jawaban Favorable dan Unfavorable Skala**  
**Kepercayaan Diri**

FAVORABLE		UNFAVORABLE	
Sangat Setuju	4	Sangat Setuju	1
Setuju	3	Setuju	2
Tidak Setuju	2	Tidak Setuju	3
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Tidak Setuju	4

diri	dan menyelesaikan suatu masalah				
Optimis	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan setiap pekerjaan yang sulit	7, 8, 9	10, 11, 12	6	10%
	Memiliki keyakinan akan sukses	13, 14	15, 16	4	
	Tidak mudah putus asa	17	18, 19, 20	4	
Obyektif	Mau menerima pendapat dari orang lain	21, 22	23, 24	4	10%
Bertanggung Jawab	Berusaha melakukan pekerjaan walaupun sulit	25, 26, 27	28, 29, 30	6	10%

### *Blu print* Skala Kepercayaan Diri

Aspek	Indikator	No item	No. Item UF	Jml	Pres
Keyakinan akan kemampuan diri	Yakin mampu dalam mengevaluasi dan menyelesaikan suatu masalah	1, 2, 3	4, 5, 6	6	10%
Optimis	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan setiap pekerjaan yang sulit	7, 8, 9	10, 11, 12	6	10%
	Memiliki keyakinan akan sukses	13, 14	15, 16	4	
	Tidak mudah putus asa	17	18, 19, 20	4	
Obyektif	Mau menerima pendapat dari orang lain	21, 22	23, 24	4	10%
Bertanggung Jawab	Berusaha melakukan pekerjaan walaupun sulit	25, 26, 27	28, 29, 30	6	10%
	Berani mengambil resiko	31	32	2	
	Mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan hidup	33, 34	35, 36	4	







	suatu masalah			
Optimis	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan setiap pekerjaan yang sulit	7, 8, 9	10, 11, 12	6
	Memiliki keyakinan akan sukses	13, 14	15, 16	4
	Tidak mudah putus asa	17	18, 19, 20	4
Obyektif	Mau menerima pendapat dari orang lain	21, 22	23	3
Bertanggung Jawab	Berusaha melakukan pekerjaan walaupun sulit	25, 26, 27	28	4
	Berani mengambil resiko	31	32	2
	Mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan hidup	33, 34	35, 36	4
Rasional dan Realistis	Memandang kegagalan sebagai suatu pelajaran	38, 39	40	3
Total		17	16	33

Reliabilitas merupakan konsistensi dalam hal pengukuran serta sejauh mana hasil pengukuran tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas juga memiliki beberapa istilah yaitu sebagai keterpercayaan, kestabilan, serta keterandalan. Dalam pengukuran reliabilitas memiliki pengukuran yang hasilnya reliabel jika

memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Sehingga bisa dinyatakan pengukuran tersebut reliabel (Azwar, 2015). Ada beberapa kategorisasi dalam reliabilitas sebagai berikut :

**Tabel 3.11**  
**Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri**

Nilai Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
-1.00 – 0.20	Sangat Rendah
0.21 – 0.40	Rendah
0.41 – 0.60	Sedang
0.61 – 0.80	Tinggi
0.81 – 1.00	Sangat Tinggi

Berikut Hasil Uji Reliabilitas pada Skala Kepercayaan Diri :

**Tabel 3.12**  
**Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri**

<b>Koefesien Croanbach's Alpha</b>	<b>Jumlah Aitem</b>
<b>0.879</b>	<b>33</b>

Berdasarkan pada tabel diatas yakni tabel 3.12 maka diperoleh hasil uji reliabilitas dari skala kepercayaan diri bahwa kuesioner kepercayaan diri merupakan reliabel serta mempunyai nilai koefesien yang tinggi sebesar 0.879. berdasarkan kategorisasi di tabel 3.11 kuisisioner skala kepercayaan diri mempunyai tingkat reliabilitas yang sangat tinggi

### F. Analisis Data.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan program statistika (SPSS 20.0 for windows) adalah teknik korelasi product moment person yang digunakan supaya mengetahui hubungan dari kedua variabel tersebut. Metode analisis ini digunakan supaya mengetahui hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada korban body shaming.

normalitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

normalitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

normal, serta sebaliknya apabila  $< 0,05$  maka s

aritas hubungan

normalitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

normalitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

normal, serta sebaliknya apabila  $< 0,05$  maka s

aritas hubungan

malitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

alitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

ormal, serta sebaliknya apabila  $<$  dari 0,05 maka s

aritas hubungan

malitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

alitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

ormal, serta sebaliknya apabila  $<$  dari 0,05 maka s

aritas hubungan

malitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

alitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

ormal, serta sebaliknya apabila  $<$  dari 0,05 maka s

aritas hubungan

malitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

alitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

ormal, serta sebaliknya apabila  $<$  dari 0,05 maka s

aritas hubungan

malitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

alitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

ormal, serta sebaliknya apabila  $<$  dari 0,05 maka s

aritas hubungan

malitas serta uji linear hubungan.

data dianalisis akan dilakukan terlebih yaitu uji pr

alitas sebaran

juanya supaya mengetahui kenormalan atau tida

ata dengan bantuan software SPSS for windows

iri mempunyai batasan signifikansi yaitu 0,50, jika

ormal, serta sebaliknya apabila  $<$  dari 0,05 maka s

aritas hubungan









### Deskripsi Subjek berdasarkan Universitas

Nama Universitas	Jumlah	Presentase
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	61	45 %
Universitas Negeri Surabaya	69	55 %
Total	130	100 %

Berdasarkan pada tabel diatas yakni tabel 4.1 maka diperoleh 61 mahasiswa maupun mahasiswi yang terdapat di universitas islam negeri sunan ampel surabaya serta mempunyai presentase sebesar 45 %. Terdapat 69 mahasiswa maupun mahasiswi dari universitas negeri surabaya yang memiliki presentase sebesar 55 %. Maka dapat disimpulah keseluruhan total subjek dari kedua universitas negeri di surabaya ini 130 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase sebesar 100 %.

### 3. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian

**Tabel 4.2**

### Deskripsi subjek berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
<b>Laki-Laki</b>	37	28,8 %
<b>Perempuan</b>	93	71,2 %
Total	130	100 %

Berdasarkan pada tabel 4.2 yakni diperoleh 37 mahasiswa serta mahasiswi yang berjenis kelamin laki-laki dan mempunyai presentase sebesar 28,8 %. Selanjutnya jika berjenis kelamin perempuan diperoleh sebanyak 93 mahasiswa serta mahasiswi yang mempunyai presentase sebesar 71,2 % dan total keseluruhan mahasiswa maupun mahasiswi di kedua universitas negeri disurabaya ini terdapat

130 subjek dengan presentase 100 %. Maka disimpulkan dari kedua universitas negeri disurabaya ini banyaknya wanita yang mengalami tindakan *body shaming* dibanding laki-laki.

**Tabel 4.3**

**Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia**

Usia	Jumlah	Presentase
18 Tahun	5	4,5 %
19 Tahun	12	9,1 %
20 Tahun	26	19,7 %
21 Tahun	44	33,3 %
22 Tahun	33	25 %
>23 Tahun	10	8,4 %
Total	130	100 %

Berdasarkan tabel diatas yakni tabel 4.3 bisa disimpulkan diperoleh 5 mahasiswa maupun mahasiswi yang memiliki usia 18 tahun dengan presentase 4,5 %, 19 tahun diperoleh 12 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 9,1 %. Jika 20 tahun diperoleh 26 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 19,7. 21 tahun bertotal 44 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 33,3 %. Selanjutnya 22 tahun memiliki total 33 mahasiswa maupun mahasiswi dengan nilai presentase 25 %. jika untuk usia lebih dari 23 memiliki jumlah 10 dengan presentase 8,4 %. Maka kesimpulanya jumlah paling tinggi berdasarkan deskripsi usia yakni usia 21 tahun serta jumlah keseluruhan adalah 130 mahasiswa maupun mahasiswi dengan presentase 100 %.

### b. Deskripsi Data

Pada penjelasan deskripsi data akan menjelaskan gambaran nilai dari range, nilai minimal, nilai maximal, mean dan standart deviasi yang didapat dari jawaban yang telah diberikan pada subjek. berikut adalah deskripsi data tersebut :

### Tabel 4.4 Deskripsi Data

No	Variabel	N	Range	Min	Max	Mean	Standar Devition
1	<i>Body Image</i>	130	66	55	121	79,20	11,83
2	Kepercayaan Diri	130	60	90	150	114,9	11,74

Berdasarkan pada tabel diatas yakni tabel 4.4 dapat disimpulkan bahwasanya memiliki jumlah responden 130 subjek mahasiswa maupun mahasiswi dari dua universitas negeri disurabaya. Skala *body image* sendiri memiliki range senilai 66, nilai minimalnya 55, jika nilai maksimalnya 121, serta nilai mean sebesar 79, 20 dan nilai standar devition dari skala *body image* senilai 11, 830.

Jika untuk skala kepercayaan diri mempunyai nilai minimal sebesar 90, kemudian memiliki nilai maximal sebesar 150. Memiliki nilai mean sebesar 114, 92 serta nilai standar devition sebesar 11, 741 dan nilai range sejumlah 60.

Setelah digambarkan deskripsi data maka selanjutnya akan digambarkan mengenai *mean hipotetik*. Mean hipotetik merupakan analisa data yang mengelompokkan tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel dengan menggunakan rumus sebagai berikut :



Dalam penelitian ini menggunakan uji hipotesis dengan analisis *product moment* pada SPSS. Tujuan dari hipotesis sendiri supaya mengetahui korelasi (hubungan) antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban body image di dua universitas negeri disurabaya. Sebelum melaksanakan uji hipotesis beberapa tahapan yang harus dilakukan yakni sebagai berikut :

**Prasyarat**

Uji prasyarat ini terdiri dari uji t, uji normalitas serta uji linearitas. Sebelum data dianalisis akan dilakukan terlebih dahulu yaitu uji prasyarat analisis data.

**Uji normalitas sebaran**

## 1. Uji Prasyarat

a. Uji normalitas sebaran

68

**Tabel 4.7****Hasil Uji Normalitas *One Sampel Kolmogrov Smirnon***

		<i>Body Image</i>	Kepercayaan Diri
N		130	130
Normal Parameter	Mean	79, 20	114, 92
	Standar Deviation	11, 830	11, 741
Perbedaan paling Ekstrem	Absolute	0, 076	0, 105
	Positive	0, 076	0, 105
	Negative	0, 041	0, 048
One Sampel Kolmogrov-Smirnov		0, 866	1, 195
Test Sig 2 Tailed		0, 441	0, 115

Berdasarkan pada tabel diatas bisa disimpulkan bahwasanya didapat nilai yang signifikan antara kedua variabel yakni variabel body image sebesar 0, 441 serta variabel kepercayaan diri memperoleh nilai sebesar 0, 115. Maka dapat disimpulkan kedua variabel memiliki kedistribusian data yang normal serta memenuhi uji normalitas karena mempunyai nilai yang lebih besar dari 0,05.

**b. Uji linearitas hubungan**

Uji linearitas ini akan dilakukan supaya menentukan tingkatan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat serta terdapat hubungan linearitas atau tidaknya.. Uji linieritas dilakukan melalui program statistika (SPSS 20.0 for windows) . menguji linieritas data dilakukan menggunakan “*compare means*”. Hubungan antara variabel bebas dan terikat dikatakan linear apabila taraf signifikansi kurang dari 0,05. Sebaliknya apabila taraf signifikan lebih dari 0,05



maka hubungan keduanya tidak linear.

**Tabel 4.8**  
**Hasil Uji Linearitas *Anova***

Skala			F	Sig
Body Image	Antar Grup	Kombinasi	1.865	0,007
Kepercayaan Diri		Linearitas	49.021	0.000
		Penyimpangan dari linearitas	0.715	0.883
	Dalam Kelompok			

**Tabel 4.9**  
**Hasil Sumbangsih Variabel**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Body Image	0.548	0.300	0.294	0.863

Berdasarkan hasil dari tabel 4.6 diatas menunjukkan bahwa terdapat taraf signifikansi antara variabel *body image* dengan variabel kepercayaan diri yang bernilai sebesar  $0.000 < 0,05$  serta memiliki angka deviation from linearity sebesar 0, 883. Maka dapat disimpulkan variabel *body image* dengan kepercayaan diri terdapat hubungan yang linear. Selain itu pada tabel 4.7 diatas *body image* memberikan sumbangsih terhadap kepercayaan diri yakni dapat dilihat dari hasil uji linear yaitu nilai dari r square sebesar 0.300 dengan dipresentasikan menjadi 30 % serta sisanya yakni 70% bisa dipengaruhi oleh faktor lainnya yang mempengaruhi kepercayaan diri.

Maka berdasarkan kedua uji prasyarat dinyatakan kedua variabel yakni variabel *body image* dengan kepercayaan diri lolos uji prasyarat tersebut. Hal ini

## 2. Uji Hipotesis

1. Apabila nilai korelasi dari  $H_a < 0,05$  hipotesis akan diterima
2. Apabila nilai korelasi dari  $H_a > 0,05$  hipotesis akan ditolak

**Tabel 4.10**  
**Uji Hipotesis *Product Moment***

<i>Body Image</i>	Korelasi Person	1	Kepercayaan Diri
	Sig(2 Tailed)		0.548
	N	130	130
Kepercayaan Diri	Korelasi person	0.548	1
	Sig (2 Tailed)	0.000	
	N	130	130

71

Berdasarkan hasil dari koefesien korelasi dapat diperoleh bahwa korelasinya bersifat positif. Hal ini ditunjukkan adanya hubungan yang signifikan serta searah antara kedua variabel. Maka semakin tinggi body image individu akan semakin tinggi kepercayaan dirinya. Dengan nilai koefesien korelasi sebesar 0.548.

Dalam penelitian ini menyatakan berdasarkan uji hipotesis (*product moment*) yang telah dilakukan. Maka kesimpulanya adanya hubungan dari kedua variabel yang signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$  serta nilai koefesien korelasi sebesar 0.548 dan body image telah memberikan sumbangsih senilai 30 % terhadap kepercayaan diri yang didapat dari uji linear dengan melihat nilai dari  $r$  square sebesar 0.300 serta sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Maka dari itu terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming* yang berjumlah 130 responden. Dari dua variabel memiliki kategorisasi hubungan yang sedang serta dari dua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif, artinya semakin tinggi ingkat *body image* individu maka semakin tinggi kepercayaan diri pada korban *body shaming*.

72

memiliki kategorisasi sedang, maka menunjukkan siswa yang memiliki *body image* yang positif. Didapat hasil presentase dari kategorisasi sedang pada *body image* yang bernilai sebesar 64,79% dengan total responden 92 siswa serta kepercayaan diri pada siswa kelas X SMA N 2 Bantul presentase sebesar 50%. Maka siswa kelas X SMA N 2 Bantul memiliki kategorisasi *body image* yang sedang dan kepercayaan diri yang tinggi. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan oleh penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif serta signifikansi antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hal ini dinyatakan bahwa semakin tinggi *body image* siswa kelas X SMA N 2 Bantul akan semakin tinggi pula kepercayaan dirinya, itupun sebaliknya jika rendah *body image*nya akan semakin rendah kepercayaan dirinya. Besar sumbangsih *body image* yang didapat untuk variabel kepercayaan diri menunjukkan kategorisasi sedang dengan presentase 4,71 %.

Menurut Sanrock (2011) menyatakan bahwa penampilan fisik bisa diistilahkan (*body image*) serta penyumbang yang kuat pada harga diri serta kepercayaan diri individu. Seperti halnya dalam faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri menurut Hurlock (2001) salah satunya yakni penampilan Fisik karena individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan dengan hal-hal ini akan mempengaruhi konsep diri sehingga akan lebih percaya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang disebut *body image*. Bahwa

nya memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena selain memiliki atas kemampuan dirinya korban body shaming pun juga bisa yakin atas sudah ia miliki dengan kondisi apapun terhadap diri perindividu korban *ng* tersebut. Karena ketika individu tersebut telah yakin atas apa yang sekarang akan pastinya telah merasa puas dengan apa yang ia n gga akan mempengaruhi kepercayaan dirinya.

Kemudian didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Asmidia (2019) yang berjudul Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan diri pada remaja putri menyatakan bahwa dari hasil temuan yang didapat menyimpulkan terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,788 dengan taraf yang signifikansi s

nya memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena selain memiliki atas kemampuan dirinya korban body shaming pun juga bisa yakin atas sudah ia miliki dengan kondisi apapun terhadap diri perindividu korban *ng* tersebut. Karena ketika individu tersebut telah yakin atas apa yang sekarang akan pastinya telah merasa puas dengan apa yang ia n gga akan mempengaruhi kepercayaan dirinya.

Kemudian didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Asmidia (2019) yang berjudul Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan diri pada remaja putri menyatakan bahwa dari hasil temuan yang didapat menyimpulkan terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,788 dengan taraf yang signifikansi s

nya memiliki kepercayaan diri yang tinggi karena selain memiliki atas kemampuan dirinya korban body shaming pun juga bisa yakin atas sudah ia miliki dengan kondisi apapun terhadap diri perindividu korban *ng* tersebut. Karena ketika individu tersebut telah yakin atas apa yang sekarang akan pastinya telah merasa puas dengan apa yang ia n gga akan mempengaruhi kepercayaan dirinya.

Kemudian didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Asmidia (2019) yang berjudul Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan diri pada remaja putri menyatakan bahwa dari hasil temuan yang didapat menyimpulkan terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,788 dengan taraf yang signifikansi s

Penelitian selanjutnya yang diteliti oleh Supriyadi, Dkk (2015) yang berjudul Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Di Kota Denpasar menyatakan dari hasil pengujian penelitian terhadap hipotesis telah dilakukan yaitu nilainya sebesar  $r = 0,350$  dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$  bahwa menunjukkan adanya hubungan antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar di kota Denpasar. Hubungan yang positif menunjuk pada nilai  $r$  bahwa hubungan antara variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri ialah sejalan yang artinya semakin positif citra tubuh maka akan semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja pelajar di kota Denpasar, itupun sebaliknya jika citra tubuh negatif maka kepercayaan diri akan rendah.

Menurut Thompson (2000) mengemukakan *body image* adalah evaluasi terhadap berat badan, ukuran badan serta aspek fisik lainnya yang mengarah pada penampilan fisik individu. Cash and Prizinky (2002) menyatakan *body image* ialah sikap yang dimiliki individu terhadap badannya yang didapat berupa nilai positif serta negatif. Tetapi penilaian tersebut tergantung bagaimana individu menyikapinya. *Body image* perlu dibentuk atau pun dimiliki oleh korban *body shaming* disamping karena sering mendapat perlakuan ejekan tentang tubuh yang dimiliki.

Bukan hanya dengan cara mengubah ataupun memperbaiki tubuh dengan mengubah penampilan ataupun perawatan dan lain sebagainya. Tetapi juga bisa dengan cara mengupayakan dalam bentuk sudah merasa puas serta menerima apa adanya dengan kondisi tubuh yang dimiliki. Sehingga akan dapat membantu terbentuknya *body image* yang positif serta dapat mempengaruhi kepercayaan diri perindividu tersebut. Adanya *body image* sendiri juga dapat memungkinkan



Menurut (Chaplin, 2005) dijelaskan bahwa citra tubuh atau biasa disebut *body image* adalah suatu ide seseorang mengenai penampilannya dihadapan orang lain. Citra tubuh ini tentu sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri masing-masing orang. Dari istilah *body image* tersebut, kemudian muncul juga istilah “*body shaming*”. Pada setiap orang, citra diri dapat terpengaruhi oleh hal-hal yang ada di lingkungan sekitar. Bisa dari teman, keluarga, paparan media, atau bahkan dari diri sendiri. Terkadang baik teman atau keluarga pernah mengatakan hal yang buruk mengenai bentuk fisik seseorang, dan hal itu bisa berujung pada kurangnya rasa percaya diri, menjadi pribadi yang tertutup, lebih sensitif, atau menjadi pribadi yang introvert. Maka dari itu peneliti mengkaitkan *body image* dengan kepercayaan karena memang kedua variabel tersebut berkaitan.

76



penampilan fisik seseorang dan identitas seksualnya merupakan ciri pribadi yang jelas dan paling mudah dikenali orang lain dalam berinteraksi. Rata-rata orang menilai tubuh dan penampilannya secara negatif tentu tidak akan menimbulkan rasa aman dan tidak percaya diri selama berinteraksi dengan orang lain. Seperti yang mengungkapkan oleh (Ferron, 1997) bahwa kepercayaan diri berkaitan erat dengan penampilan fisik sehingga individu akan melakukan berbagai usaha agar tampil menarik, sehat, dan bugar sehingga timbul rasa percaya diri dalam beraktivitas. Sejalan dengan pendapat yang disebutkan oleh Centi (1997) yaitu bahwa umumnya individu yang menerima dan puas terhadap kondisi dan penampilannya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap kondisi

Sejalan dengan pendapat yang disebutkan oleh Centi (1997) yaitu umumnya individu yang menerima dan puas terhadap kondisi dan penampilannya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap kondisi penampilan fisiknya. Surya (2009) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk citra tubuh yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk kepercayaan diri individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang merasa tidak puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk citra tubuh yang negatif sehingga kepercayaan diri yang dimiliki individu tersebut akan rendah. Maka dari itu peneliti menggunakan variabel *x body image* karena

uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak men  
dari pada laki-laki. Survei ini sudah dilakukan  
13- 64 tahun serta hasilnya sebesar 94 % rem  
dakan *body shaming*. Sementara remaja laki-la  
com). Adanya *body shaming* sendiri sangat berper  
si seseorang jika perlakuan tersebut sudah melampa  
*y shaming* sendiri bisa mempengaruhi mental,  
ng (Honigam dan Castle, 2004).

eh hasil dari demografi yang kedua yakni berdasar  
ebut bahwasanya universitas negeri surabaya tero  
ti tindakan korban *body shaming* dengan hasil pres

eh hasil dari demografi yang kedua yakni berdasar  
 eh bahwasanya universitas negeri surabaya terdapat  
 i tindakan korban *body shaming* dengan hasil persentase  
 untuk universitas islam negeri sunan ampel surabaya  
 y pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut  
 45%. Dan hasil semua responden dari kedua universitas  
 ponden yang pernah mengalami terkait tindakan *body shaming*  
 eh hasil dari demografi yang ketiga yakni berdasarkan  
 eh hasil dari usia 18 tahun terdapat 5 responden

leh hasil dari demografi yang ketiga yakni berdasar  
 leh hasil dari usia 18 tahun terdapat 5 responde

mengalami tindakan *body shaming* tersebut dengan nilai presentase 4,5 %. Yang kedua diperoleh hasil dari usia 19 tahun terdapat 12 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 9,1%. Untuk usia 20 tahun terdapat 26 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 19,7 %. Untuk usia 21 tahun terdapat 44 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 33,3 %. Untuk usia 22 tahun terdapat 33 responden yang pernah mengalami tindakan *body shaming* dengan nilai presentase 25 %. Dan yang terakhir yakni usia >23 tahun terdapat 10 responden dengan nilai presentase 8,4 % yang pernah mengalami tindakan *body shaming*. Kesimpulan paling banyak yang pernah mengalami tindakan *body shaming* tersebut yakni dari usia 21 tahun yang terdapat 44 responden dengan nilai presentase 33,3 %.

Kemudian dari data demografi berdasarkan deskripsi data yang membedakan data empirik dan hipotik dari kedua variabel. Yakni yang pertama variabel *body image* dari hasil data empirik diperoleh minimum senilai 55, maksimal senilai 121, mean senilai 79,2 dan standar deviasinya senilai 11,83. Jika dari data hipotik untuk *body image* diperoleh hasil minimum 23, maximum 92, mean 69 dan standar deviasinya 11,5. Maka kesimpulan dari pembandingan kedua data empirik dan hipotik terkait meannya adalah mean *body image* dari data empirik lebih besar dibanding mean dari data hipotik dengan senilai  $79,2 > 69$ . Untuk variabel kepercayaan diri dari hasil data empirik diperoleh minimum senilai 90, maksimal senilai 150, mean senilai 114,9 dan standar deviasinya senilai 11,74. Jika dari data hipotik untuk kepercayaan diri diperoleh hasil minimum 33, maximum 132, mean 99 dan standar deviasinya 125,4. Maka kesimpulan dari

memiliki kualitas instrumen yang lebih baik. Serta penelitian ini terdapat beberapa hal yang harus diperbaiki untuk peneliti selanjutnya.

## PENUTUP

Kesimpulan hasil berdasarkan penelitian ini bahwasanya terdapat hubungan yang signifikansi antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Pernyataan tersebut diperoleh dari hasil uji hipotesis dengan menggunakan *product moment* yang memiliki nilai signifikansi serta koefesien korelasi.. Maka *body image* dengan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif yang berarti semakin positif *body image* pada korban *body shaming* akan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada.

## 1. Korban *Body Shaming*

Bagi mahasiswa maupun mahasiswi di dua universitas negeri di Surabaya ataupun korban *body shaming* yang ada di Surabaya agar lebih bisa membentuk atau mengupayakan *body image* yang positif supaya bisa menjadikan kepercayaan diri yang tinggi. Karena ketika *body image* seseorang positif maka akan mempengaruhi kepercayaan diri yang tinggi pada seseorang tersebut.

## 2. Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya agar bisa memperkuat penelitian yang berjudul *body image* dengan kepercayaan diri ini lebih dalam apalagi berkaitan dengan



## Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas (edisi 2)*. Yogyakarta :PustakaPelajar
- Arnett, J. J. (2012). *Human Deveploment : A Cultural Approach*. USA. Pearson Education, Inc.
- Asmidir. I. & Ifdil, I. & Amandha , U. I. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Andri, P. (2009). *Be A Smart Teenager! (For Boys & girls)*. Jakarta: gramedia
- Annastasia, M. (2006). *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta.
- Akhmad, M. (2013). Berpikir Positif pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction). *Jurnal Psikoislamika*, vol 10 no 1. Malang.
- Anggoro, D. W. (2018). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Siswa X Di SMA Negeri 2 Bantul. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Astawan, M. (2009). *Sehat dengan Hidangan Kacang dan Biji-bijian*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Aminda, T. H. (2018). Hubungan Body Image dan Imaginary Audience dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di SMA Panca Budi Medan. Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah Medan.
- Budiargo, D. (2015). *Berkomunikasi Ala Net Generation*. Jakarta : PT Elex Media Komput indo.
- Cash,T.F & Pruzinsky,T. (2002). *Body Image : A Handbook of Theory, Research and Clinical*. New York: Guilford Publications.
- Chaplin, J P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres



- Centi, P. J. (1997). *Mengapa Rendah Diri*. Dalam A. M. Hardjana (Eds). Yogyakarta : Kanisius.
- Damanik, T. M. (2018). *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body shaming*. Skripsi, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Dela, G. (2018). “Pengaruh *Cyberbullying Body Shaming* Pada Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Wanita Karir Di Pekanbaru”. *Jurusan Ilmu Komunikasi- Manajemen Komunikasi*. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.
- Eka, D. L & Anasasia, Sri, M. (2019). *Hubungan Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 di SMAN 21 Jakarta*. Universitas Persada Indonesia Y.A.I
- Ferron, C. (1997). *Citra Tubuh pada Remaja*. Psychology Mania.
- Frangky E. (2012). *Pemaknaan Mengenai NilaiNilai Maskulinitas dan Citra Tubuh Dalam Program Komunikasi Pemasaran Oleh Laki-Laki Homoseksual dan Laki-Laki Heteroseksual*. Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Indonesia, Depok.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmeny psyhology : A life Span Approach*, Fifth Edition.
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan)*. Jakarta : Gramedia
- Hurlock, E. B. (2001). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga. (Edisi Kelima)
- Hadi, S. (2000). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta
- Hakim, T. (2002). *Mengenal rasa tidak percaya diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Surya, H. (2009). *Menjadi manusia Pembelajar*. Jakarta: Gramedia

- Honigman, R & David J. Castle. (2007). *Citra Tubuh pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak*. Jurnal Psikologi. Jakarta : Universitas Gunadarma.
- Imelda. (2018). *Hubungan Citra tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Putri yang Berjerawat*. Fakultas Kedokteran. Universitas Brawijaya Indrilaya
- Kartono, K. (1992). *Psikologi Wanita : Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung : Mandar Maju.
- Lauster, Peter. (2002). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Merlin, R. (2017). *Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri Ms Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisir Selatan*. Bimbingan dan Konseling. Sumatera Barat
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik (Edisi 2)*. Sidoarjo : Penerbit Zifatma
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). *The objectified body consciousness scale*. Psychology of Women Quarterly, 20, 181- 215.
- Nur, L. H. (2013). *Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati)*. Jurnal Psikologi, vol 2 no 2.
- Rosita, H. (2007). *Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*.
- Rofiatul, K. (2017). *Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Supriyadi, F. & Dwiduonova, W. (2015). “Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar”. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana. Vol. 2, No. 1.

